

弘前市市民参加型まちづくり1%システム対象事業

げんき キッズ クッキング
元気になる KIDS COOKING!

げんき てづく きょうしつ
ダイズで元気★手作りみそ教室

平成28年 3月12日 土 10:00-12:00

会場 清水交流センター 調理室

対象 こども (小学生未満のお子様は保護者の方と一緒にご参加ください。)

材料費 300 申し込み締切: 2月27日(土)



手作りみそ教室

みそは、畑でとれるダイズで作ります。ゆでて柔らかくなったダイズをつぶしたり、こうじや塩とまぜるのは楽しいですよ。

手作りみそはとっても良いかおりがしてみそ汁がとってもおいしいですよ。



元気になるKIDS COOKING

ごはんやお味噌汁など中心とした「日本型食生活」は健康的で栄養バランスに優れています。

元気な体づくりと将来の生活習慣病予防のため、「日本型食生活」を取り入れてみませんか。



材料について

子ども達の健康を考え、青森県産の大豆、米麴、粗塩など、厳選した素材を使って味噌作りをします。



持ち物

・エプロン・三角巾・手拭き用タオル



お申込み
お問合せ

お電話またはE-mailでお申し込みください。
(工藤・090-9747-7480 ・ 船水・080-1842-6159)
E-mail : hanakafamily@gmail.com

美育・食育 はなか 検索

